

**UPAYA PENINGKATAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR LOMPAT
TINGGI DENGAN ALAT BANTU KARDUS PADA SISWA KELAS V
SD NEGERI TEMPURSARI CANDIMULYO
KABUPATEN MAGELANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



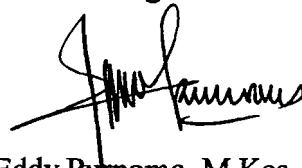
Oleh
Marni
NIM 10601247004

**PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2012**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “UPAYA PENINGKATAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR LOMPAT TINGGI DENGAN ALAT BANTU KARDUS PADA SISWA KELAS V SD NEGERI TEMPURSARI KECAMATAN CANDIMULYO KABUPATEN MAGELANG” yang disusun oleh Marni, NIM. 10601247004 ini disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Maret 2012
Pembimbing

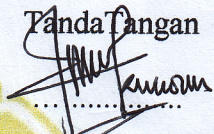

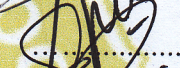
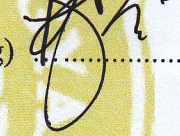


Eddy Purnomo, M.Kes., AIFO
NIP: 196203101990011001


LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “UPAYA PENINGKATAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR LOMPAT TINGGI DENGAN ALAT BANTU KARDUS PADA SISWA KELAS V SD NEGERI TEMPURSARI CANDIMULYO KABUPATEN MAGELANG” yang disusun oleh Marni, NIM.10601247004 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 30 April 2012 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Eddy Purnomo, M.Kes.,AIFO	Ketua Penguji		23/5/12
Soni Nopembri, M.Pd	Sekretaris Penguji		21/5/12
Dr. Pamuji Sukoco	Penguji I (Utama)		23/5/12
M. Husni Thamrin, M.Pd	Penguji II (Pendamping)		21/5/12

Yogyakarta, Mei 2012
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan


Rumpis Agus Sudarko, M.S., AIFO
NIP. 196008241986011001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Maret 2012
Yang menyatakan,



Marni
NIM 10601247004

MOTTO

1. Pendidikan adalah investasi masa depan (UNY)
2. Dalam kehidupan mengalah tidak selalu berarti kalah.
3. Kegagalan adalah keberhasilan yang tertunda.

PERSEMBAHAN

Karya yang amat sederhana ini dipersembahkan kepada orang-orang yang punya makna sangat istimewa bagi kehidupan penulis, diantaranya:

1. ***Marto Pawiro*** ayah yang telah membimbing putrinya menjadi anak solikhah.
2. ***Ramini Alm.*** Yang selalu memberi doa dan semangat dalam setiap langkah hidup.
3. Suami tercinta.
4. ***Ika Shella Saputri*** satu anak tersayangku yang selalu mendukung dan memberi selamat.
5. Teman-teman mahasiswa PPKHB kelas G Angkatan 2010 yang telah banyak membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

**UPAYA PENINGKATAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR LOMPAT
TINGGI DENGAN ALAT BANTU KARDUS PADA SISWA KELAS V
SD NEGERI TEMPURSARI CANDIMULYO
KABUPATEN MAGELANG**

Oleh
Marni
NIM 10601247004

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan proses pembelajaran gerak dasar lompat tinggi dengan alat bantu kardus pada siswa kelas V SD Negeri Tempursari Candimulyo Kabupaten Magelang.

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang berlangsung satu siklus yang terdiri dari dua pertemuan. Subyek penelitian adalah siswa kelas V SD Negeri Tempursari Candimulyo Kabupaten Magelang yang berjumlah 23 siswa. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan tes unjuk kerja.

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa siswa lebih antusias, aktif, tidak malas, dan merasa senang. Sedangkan nilai kuantitatif dapat dilihat dari hasil tes unjuk kerja gerak dasar lompat tinggi, nilai rerata siswa siklus I pertemuan pertama 76,15 dan siswa yang mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) 85,5% dari ketentuan sekolah yaitu 70. Pada siklus I pertemuan kedua meningkat menjadi 80,71 dan siswa yang mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) 95,65%. Hasil ini sangat meningkat dibandingkan dengan hasil tes unjuk kerja pembelajaran sebelumnya, yang dapat dilihat dari hasil tes unjuk kerja gerak dasar lompat tinggi nilai reratanya 74,78 dan siswa yang mencapai KKM hanya 52% tuntas dari ketentuan KKM sekolah yaitu 70.

Kata Kunci : Pembelajaran Gerak Dasar Lompat Tinggi, Alat Bantu, Kardus

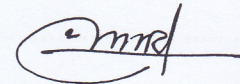
KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT karena atas ridhoNya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Penulis percaya bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak, maka penulisan skripsi ini tidak dapat berjalan lancar. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof.Dr. Rohmat Wahab, M.Pd.MA Rektor Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) atas kesempatan yang diberikan peneliti untuk menempuh studi hingga dapat menyelesaikan studi.
2. Bapak Rumpis Agus Sudarko, M.S.,AIFO Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) atas kesempatan yang diberikan kepada penelitian hingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian dan dapat menyelesaikan studi.
3. Bapak Drs. Komari, M.Si. Ketua Prodi PJKR FIK Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) yang telah berkenan memberikan ijin penelitian.
4. Bapak Eddy Purnomo, M.Kes.,AIFO Dosen Pembimbing Skripsi, yang telah memberikan bimbingan dan motivasi dalam penyusunan skripsi.
5. Ibu Tri Ani Hastuti, M.Pd, Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing dan membantu selama proses perkuliahan.
6. Semua Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan bantuan dan saran kepada peneliti.
7. Bapak Slamet Nyoto, A.Ma.Pd Kepala Sekolah SD Negeri Tempursari, yang telah memberi ijin penelitian.

8. Teman-teman PPKHB S1 PJKR kelas G yang selalu saling mendukung dalam melaksanakan penyusunan skripsi.
9. Semua pihak yang telah membantu peneliti selama penyusunan skripsi ini.
10. Semoga skripsi ini dapat memberikan sumbangan yang bermanfaat dalam peningkatan mutu pendidikan di Indonesia pada umumnya dan bermanfaat bagi pembaca pada khususnya.

Yogyakarta, Maret 2012
Penulis



Marni
NIM 10601247004

DAFTAR ISI

	Halaman
Abstrak	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xii
Daftar Gambar.....	xiii
Daftar Lampiran.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Kegunaan Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORI.....	6
A. Deskripsi Teori.....	6
1. Hakikat Pembelajaran.....	6
2. Hakikat Lompat Tinggi	11
3. Hakikat Alat Bantu Pembelajaran	13
4. Tinjauan Tentang Alat Bantu Kardus.....	14
5. Karakteristik Siswa Kelas V Sekolah Dasar	14
6. Penelitian yang Relevan	15
B. Kerangka Berpikir.....	16
BAB III METODE PENELITIAN	17
A. Metode dan Desain Penelitian.....	17
1. Metode Penelitian	17
2. Desain Penelitian	17
B. Subyek Penelitian.....	25
C. Lokasi Penelitian	25

D. Teknik dan Alat Pengumpul Data	25
1. Teknik Pengumpul Data	25
2. Instrumen / Alat Pengumpul Data	26
E. Teknik Analisis Data.....	27
1. Analisis Data Lembar Observasi	27
2. Analisis Data Hasil Tes	27
3. Indikator Peningkatan	27
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	28
A. Diskripsi Lokasi Waktu dan Data Penelitian	28
B. Hasil Penelitian	28
1. Siklus I Pertemuan Ke-1	29
2. Siklus I Pertemuan Ke-2	36
C. Pembahasan.....	44
1. Siklus I Pertemuan Ke-1	44
2. Siklus I Pertemuan Ke-2	45
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	47
A. Simpulan	47
B. Implikasi.....	48
C. Saran-Saran	48
D. Keterbatasan Penelitian	48
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN-LAMPIRAN	51

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Hasil Obs. Sikap Siswa Kolabolator 1 dan 2 Siklus I Pertemuan Ke-1..	33
Tabel 2 Hasil Obs. Kemampuan Gerak Siswa Kolabolator 1, 2 dan Peneliti Siklus I Pertemuan Ke-1	35
Tabel 3 Hasil Obs. Sikap Siswa Kolabolator 1 dan 2 Siklus I Pertemuan Ke-2..	41
Tabel 4 Hasil Obs. Kemampuan Gerak Siswa Kolabolator 1, 2 dan Peneliti Siklus I Pertemuan Ke-2	42

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Model Spiral dari Kemmis dan Taggart.....	18
Gambar 2 Kegiatan Musyawarah antara Peneliti dan Kolaborator	90
Gambar 3 Kegiatan Pendahuluan Siklus I Pertemuan Ke-1.....	91
Gambar 4 Kegiatan Pendahuluan Siklus I Pertemuan Ke-2.....	91
Gambar 5 Kegiatan Pemanasan Siklus I Pertemuan Ke-1	92
Gambar 6 Kegiatan Pemanasan Siklus I Pertemuan Ke-2	92
Gambar 7 Kegiatan Inti Siklus I Pertemuan Ke-1	93
Gambar 8 Kegiatan Inti Siklus I Pertemuan Ke-2	93
Gambar 9 Kegiatan Pendinginan Siklus I Pertemuan Ke-1	94
Gambar 10 Kegiatan Pendinginan Siklus I Pertemuan Ke-2	94
Gambar 11 Kegiatan Refleksi Siklus I Pertemuan Ke-1	95
Gambar 12 Kegiatan Refleksi Siklus I Pertemuan Ke-2	95

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Lembar Pengesahan Proposal	51
Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian dari Kepala SDN Tempursari	52
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian dari Dekan FIK UNY	53
Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian dari Setda 5 Pemprov. DIY	54
Lampiran 5 Surat Ijin Penelitian dari Bakesbangpolinmas Pemprov. Jateng	55
Lampiran 6 Surat Ijin Penelitian dari Kesbangpol Pemda Kab. Magelang.....	57
Lampiran 7 Surat Ijin Penelitian dari BPPT Pem. Kab. Magelang	58
Lampiran 8 Instrumen Observasi Kinerja Guru	59
Lampiran 9 Instrumen Observasi Sikap Siswa	60
Lampiran 10 Instrumen Observasi Kemampuan Gerak Siswa.....	61
Lampiran 11 Penjelasan Penskoran Lembar Observasi Sikap Siswa.....	62
Lampiran 12 Penjelasan Penskoran Lembar Obs. Kemampuan Gerak Siswa.....	63
Lampiran 13 RPP Siklus I Pertemuan ke-1	65
Lampiran 14 Hasil Obs. Kinerja Guru Siklus I Pertemuan ke-1 kolaborator 1	70
Lampiran 15 Hasil Obs. Kinerja Guru Siklus I Pertemuan ke-1 kolaborator 2	71
Lampiran 16 Hasil Obs. Sikap Siswa Siklus I Pertemuan ke-1 kolaborator 1	72
Lampiran 17 Hasil Obs. Sikap Siswa Siklus I Pertemuan ke-1 kolaborator 2	73
Lampiran 18 Hasil Obs. Kemampuan Gerak Siswa Siklus I Pertemuan ke-1 kolaborator 1	74
Lampiran 19 Hasil Obs. Kemampuan Gerak Siswa Siklus I Pertemuan ke-1 kolaborator 2	75
Lampiran 20 Hasil Obs. Kemampuan Gerak Siswa Siklus I Pertemuan ke-1 Peneliti	76
Lampiran 21 RPP Siklus I Pertemuan ke-2.....	77
Lampiran 22 Hasil Obs. Kinerja Guru Siklus I Pertm. ke-2 kolaborator 1	82
Lampiran 23 Hasil Obs. Kinerja Guru Siklus I Pertm. ke-2 kolaborator 2	83
Lampiran 24 Hasil Obs. Sikap Siswa Siklus I Pertm. ke-2 kolaborator 1	84
Lampiran 25 Hasil Obs. Sikap Siswa Siklus I Pertm. ke-2 kolaborator 2.....	85

Lampiran 26 Hasil Obs. Kemampuan Gerak Siswa Siklus I Pertemuan ke-2	
kolaborator 1.....	86
Lampiran 27 Hasil Obs. Kemampuan Gerak Siswa Siklus I Pertemuan ke-2	
kolaborator 2.....	87
Lampiran 28 Hasil Obs. Kemampuan Gerak Siswa Siklus I Pertemuan ke-2	
peneliti	88
Lampiran 29 Nilai Rata-rata Penguasaan Gerak dan Hasil Ketuntasan Belajar.....	89
Lampiran 30 Dokumentasi	90